

# PROTECT YOURSELF from Mosquito-Borne Illnesses

Many illnesses spread by mosquitoes occur in South Carolina. Some occur here naturally, like West Nile Virus. Some are brought here by travelers from other areas where the diseases are spread like Zika, Malaria, Chikungunya and Dengue.

## PREVENT bites with the following measures:



### Night or day, be prepared

Mosquitoes that spread different diseases bite at different times of day. They are active day and night, dawn and dusk.



### Use insect repellent

It works! Look for these active ingredients:

- DEET • PICARIDIN • IR3535
- OIL of LEMON EUCALYPTUS
- PARA-MENTHANE-DIOL

#### A few brand examples:

- OFF! • Cutter
- Repel • Sawyer
- Skin So Soft Bug Guard Plus
- Skin Smart



### Wear protective clothes

Wear long-sleeved shirts and long pants. For extra protection, treat clothing with permethrin. Use insect repellent on exposed skin, but not under clothes.



### Mosquito-proof your home

Use screens on windows and doors. Use air conditioning when available. Rid your yard and home of standing water where mosquitoes breed. Empty and turn over containers that hold water, such as cans, bottles and flower pots, and clean out clogged gutters.



### Use condoms to avoid spreading Zika

Individuals who have visited an area with active Zika transmission should use condoms or abstain from sex during the entire time they could spread the virus to their partners. If their sex partner is pregnant, they should use condoms or abstain throughout the pregnancy.

**If you have any of the following signs or symptoms of illness and you have recently been exposed to mosquitoes, contact your health care provider.**

- Fever with any:
  - Chills and sweats
  - Blood shot eyes
  - Widespread rash
- Severe muscle aches
- Muscle weakness
- Headache
- Confusion



**For more information:** [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)

# PROTÉJASE de las enfermedades transmitidas por mosquitos

En Carolina del Sur hay muchas enfermedades transmitidas por mosquitos. Algunas ocurren naturalmente aquí, como el virus del Nilo Occidental. Algunas son traídas aquí por viajeros que vienen de otras partes donde se propagan estas enfermedades, tales como zika, malaria, chikungunya y dengue.

## PREVENGA las picaduras de mosquitos tomando las siguientes medidas:



### Esté preparado de día y de noche

Los mosquitos que transmiten diferentes enfermedades pican a diferentes horas del día. Están activos de día y de noche, al amanecer y al atardecer.



### Use repelente de insectos

¡Sí funciona! Busque estos ingredientes activos:

- DEET • PICARIDIN • IR3535
- EUCALIPTO DE LIMÓN • PARA-MENTANE-DIOL

Unos ejemplos de marcas:

- OFF! • Cutter
- Repelente • Sawyer
- Skin So Soft Bug Guard Plus
- Skin Smart



### Use ropa que le proteja

Use camisas de manga larga y pantalones largos. Para obtener protección extra, impregne la ropa con permetrina. Use repelente contra insectos en la piel expuesta, pero no lo use debajo de la ropa.



### Habilite su casa a prueba de mosquitos

Use puertas y ventanas con mosquiteros. Use aire acondicionado, cuando lo haya disponible. Quite de su jardín y de su casa el agua estancada, que es donde se reproducen los mosquitos. Vacíe y voltee los recipientes que contienen agua, tales como latas, botellas y floreros, y destape las canaletas.



### Use condones para evitar que se propague el zika

Las personas que hayan visitado un lugar con transmisión activa de zika deben usar condones o abstenerse de tener relaciones sexuales durante todo el tiempo que pudieran propagar el virus a sus parejas. Si la pareja está embarazada, deben usar condones o abstenerse durante el embarazo.

**Si tiene alguno de los siguientes síntomas o señales de enfermedad y ha estado expuesto a mosquitos últimamente, comuníquese con su proveedor del cuidado de salud.**

- Fiebre con:
  - Escalofrío y sudor
  - Ojos rojos
  - Sarpullido extenso
- Fuerte dolor muscular
- Debilidad muscular
- Dolor de cabeza
- Confusión



**Para obtener más información, visite:**

[www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)